

Heli Rintala ja Salla Mattila

**Isien kotona selviytyminen vauvan kanssa hoitohenkilös-
tön tukemana**

Opinnäytetyö
Kevät 2013
Sosiaali- ja Terveysalan yksikkö
Hoitotyön koulutusohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja Terveysalan yksikkö

Koulutusohjelma: Hoitotyön koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto, sairaanhoitaja AMK

Tekijät: Heli Rintala ja Salla Mattila

Työn nimi: Isien kotona selviytyminen vauvan kanssa hoitohenkilöstön tukemana

Opinnäytetyö

Ohjaajat: Annu Peltoniemi, TtT, yliopettaja ja Helinä Mesiäislehto-Soukka, TtT, lehtori

Vuosi: 2013

Sivumäärä: 38

Liitteiden lukumäärä: 3

Isiin kohdistuvat odotukset lapsen ja kodin hoitoon osallistumisesta ovat kasvaneet viime vuosina. Isän rooli on muuttunut perheen elättäjäksi kotitöihin ja lasten hoitoon osallistuvaksi vanhemmaksi. Isien kokemasta muutoksesta perheenlisäyksen yhteydessä on vähän tutkittua tietoa.

Opinnäytetyön tavoite oli tuottaa tietoa isien saamasta ohjauksesta ja tuesta synnytysvuodeosastolla sekä kotona selviytymisestä vauvan kanssa. Tarkoituksena oli haastatella esikoislapsen isiä heidän kokemuksistaan synnytysvuodeosastolta ja vauva-arjesta kotona.

Aineisto kerättiin syvähaastattelemalla kahta etelä-pohjalaista esikoislapsen isää, joiden lapset olivat alle kahdeksan kuukauden ikäisiä. Isät haastateltiin erikseen. Haastatteluaineiston analysointiin käytettiin sisällön analyysiä.

Isät kokivat synnytysvuodeosastolla saadun ohjauksen ja tuen perhekeskeisenä hoitotyönä sekä kotona selviytymisen hoitoavun saamisena ja isäksi kasvamisena.

Jatkossa olisi tarpeen tutkia rutiininomaisesti isien tyytyväisyyttä kyselylomakkeella synnytysvuodeosastolla saamasta ohjauksesta ja tuesta. Lisäksi olisi hyödyllistä tutkia sellaisten isien kotona selviytymistä, jotka ovat heikossa sosioekonomisessa asemassa ja syrjäytymisvaarassa.

Avainsanat: Isyys, vanhemmuus, tuki, ohjaus, perhevalmennus

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree programme in Nursing

Specialisation: Bachelor of Health Care, Registered Nurse

Author/s: Heli Rintala and Salla Mattila

Title of thesis: Father's coping with the baby at home supported by the nursing staff

Supervisor(s): Annu Peltoniemi, PhD, Principal Lecturer and Helinä Mesiäislehto-Soukka, PhD, M.A, Senior Lecturer

Year: 2013

Number of pages: 38

Number of appendices: 3

The expectations regarding father's participating in child care and household chores have been growing in the recent years. The father's role has changed from a breadwinner into a parent who is involved in housework and child care. There is not much information about how fathers are experiencing the transformation when there is an addition to the family.

The aim of this thesis was to provide information about the guidance and support fathers have received in maternity ward and how they coped with the baby at home. The purpose was to interview first-time-fathers about their experiences in maternity ward and everyday life at home with the baby.

The material was gathered by interviewing informally two Southern Ostrobothnian fathers whose children were younger than eight months old. The fathers were interviewed separately. The interview material was analyzed using the content analysis process.

Fathers saw the support and guidance they received in the maternity ward as family-oriented care, and coping with the baby at home as receiving the help in child care and growing up as a father.

In the future it would be necessary to examine routinely father's satisfaction with the guidance and support they had received in maternity ward by a questionnaire. It would also be useful to examine fathers who are in a weak socioeconomic state/position and in a danger to become marginalized.

Keywords: fatherhood, parenting, support, guidance, family preparation

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
Kuvio- ja taulukkoluettelo.....	5
1 JOHDANTO	6
2 VAUVAN MYÖTÄ VANHEMMAKSI	8
2.1 Apua saatavilla.....	8
2.2 Arvokas isyys	10
3 HOITOHENKILÖKUNTA ISÄN TUKENA	13
4 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS.....	15
5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄ JA TOTEUTUS	16
5.1 Aineiston keruu	17
6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA NIIDEN TARKASTELU	20
6.1 Perhekeskeinen hoitotyö.....	21
6.2 Hoitoavun saaminen	24
6.3 Isäksi kasvaminen.....	26
7 POHDINTA	30
7.1 Eettisyyden ja luotettavuuden tarkastelu.....	30
7.2 Hyödynnettävyys hoitotyössä.....	31
7.3 Johtopäätökset.....	33
7.4 Jatkotutkimusehdotukset.....	34
LÄHTEET	35
LIITTEET	37

Kuvio- ja taulukkoluetelo

Kuvio 1. Isien kokemuksia ohjauksesta ja tuesta synnytysvuodeosastolla sekä kotona selviytymisestä	21
--	----

1 JOHDANTO

Valitsimme opinnäytetyön aiheeksi isien kokemusten tutkimisen, koska aiheesta on jatkuvasti keskustelua niin hoitotyössä, mediassa kuin politiikassakin. Myös omien kokemustemme pohjalta aihe kiinnostaa meitä sekä tulevien sairaanhoitajien että yksityiselämän näkökulmasta. Synnytysvuodeosastolta saadut kokemukset saivat meidät kiinnittämään huomiota hoitajien työskentelyyn, koska isät jäävät helposti huomiotta äidin ja vauvan rinnalla. Koemme tärkeäksi tukea varhaista isyyttä suuressa elämänmuutoksessa.

Sosiaali- ja terveysministeriö ([Viitattu 25.4.2013]) on julkaisuissaan korostanut isyysvapaiden käyttämisen merkitystä. Mielestämme on tärkeää saada isät mukaan vauvan hoitoon heti alusta lähtien. Hoitajilla on mahdollisuus vaikuttaa siihen, millaisen roolin isät perheissä ottavat. Isiä huomioimalla voidaan tarttua mahdollisiin ongelmiin, jotka hoitamattomina voivat johtaa parisuhdevaikeuksista aina mielenterveysongelmiin.

Perheenisäyksen mukana tuomia kokemuksia on tutkittu suhteellisen vähän isien näkökulmasta. Ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien siirtymisvaiheita vanhemmuuteen on tutkittu käyttäytymistieteistä lähinnä psykologiassa. Niukasti tutkittua tietoa on erityisesti isien kokemasta muutoksesta perheenisäyksen yhteydessä, miten isät kokevat tämän muutoksen sekä siitä, millä tavoin elämä lasten syntymän yhteydessä muuttuu. (Mesiäislehto-Soukka 2005, 14-15.)

Yhä useammin vastasyntyneen molemmat vanhemmat ovat läsnä synnytysvuodeosastolla. Koko perheen odotuksista lapsen synnyttyä on tähän asti puuttunut tutkittua tietoa, sillä tutkijat eivät ole olleet kovin kiinnostuneista isistä lapsivuodeosastojen asiakkaina. Isiin liittyvät tiedot on kerätty yleensä äideiltä, ja isän rooli on nähty lähinnä äidin tukijana. (Kalam-Salminen, Leino-Kilpi & Puukka 2008, 239.)

Viime vuosikymmenet ovat olleet muutosten ja haasteiden aikaa isyydelle. Muutokset perherakenteissa ja yhteiskunnassa ovat luoneet haasteita isyyden toteuttamiselle sekä paineita miehille osallistua isinä entistä enemmän kodin- ja lasten-

hoitoon. (Paajanen 2006, 7.) On todettu, että yhteiskunnalliset ja kulttuuriset normit isyyteen liittyen ovat muuttuneet länsimaissa viimeisen kolmen vuosikymmenen aikana. Muutos aiempaan on, että isät eivät ole vain tervetulleita hoivaamaan ja hoitamaan lastaan, osallistumaan kodin askareisiin ja olemaan samanaikaisesti palkkatöissä, vaan heidän myös automaattisesti oletetaan ottavan osaa kaikkiin näihin toimintoihin. (Chin, Hall & Daiches 2011, 4.)

Uuden lapsen syntymä vaikuttaa isän ja perheen hyvinvointiin edellyttäen sopeutumista ja kykyä selvitä uuden elämäntilanteen asettamista paineista. Äidin ja vauvan ollessa huomion keskipisteenä voivat isät tuntea olonsa ulkopuoliseksi uudessa tilanteessa. Hoitohenkilökunta voi auttaa vanhempia antamalla sosiaalista tukea lapsen syntyessä. Isän roolia ja sitoutumista lapsen hoitoon voidaan vahvistaa isien ja hoitajien välisellä luottamuksellisella hoitosuhteella. Itseluottamusta sekä omia kykyjä vahvistavasta tuesta on isille hyötyä, sillä se saa isät kokemaan mielihyvää lapsensa hoidosta. (Salonen, Kaunonen, Hietikko & Tarkka 2011, 4.) Hoitajat ja kätilöt ovat tärkeässä tehtävässä tukemassa isiä saavuttamaan itseluottamusta vanhemmaksi kasvamisessa (Halle, Dowd, Fowler, Rissel, Hennessy, Macnevin ja Nelson 2008, 67-68).

Isien kokemuksellisesta tiedosta isäksi tulemisesta on hyötyä sekä perhehoitotyön toimintatapojen kehittämisessä, että perheiden terveyden edistämistyön parantamisessa. (Mesiäislehto-Soukka 2005, 15.) Varhaisen isyyden kokemuksia koskevaa tutkimustietoa on todella vähän verrattaessa varhaisen äitiyden kokemuksiin. (Halle ym. 2008, 57.)

Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa isien saamasta ohjauksesta ja tuesta synnytysvuodeosastolla sekä isien selviytymisestä kotona vauvan kanssa. Opinnäytetyön tarkoitus on haastatella esikoislapsen isiä heidän kokemuksistaan synnytysvuodeosastolta ja vauva-arjesta kotona. Opinnäytetyö toteutettiin käyttämällä laadullista menetelmää ja haastatteleamalla etelä-pohjalaisia isiä. Isät saatiin Kuusiokuntien terveystietoyhtymän piiristä.

Opinnäytetyössä käytettiin tietokantoina Plaria, Aleksia, Yleistä suomalaista asiasanastoa sekä Ebscon Cinahl with Full Text-tietokantaa.

2 VAUVAN MYÖTÄ VANHEMMAKSI

Vanhemmuudella tarkoitetaan niitä tapahtumia lapsen syntymän jälkeen, jolloin vastuu lapsesta otetaan, häneen muodostetaan suhde ja hänen kanssaan eletään sekä toimitaan yhdessä normaalissa arjessa. Ei ole nopea eikä myöskään helppo prosessi muuttua vain omasta itsestään huolehtivasta aikuisesta lapsen isäksi tai äidiksi. (Hermanson 2007, 49.) Vanhemmuus saa aikaan säilyneiden käytösmallien ja mielentilojen aktivoitumisen, jossa heijastuu yksilön geneettinen ominaisuus ja varhaiset elämäkokemukset. Vanhemmuutta muokkaavat ihmisen geenit, lapsuudessa koettu vanhemmuus, nykyiset kokemukset, psyykkinen tila, neurobiologiset toiminnot ja ympäristön vaikutukset. (Sinkkonen 2012, 229.) Kaikilla vanhemmilla on myös omat lähtökohtansa, josta vanhemmuutta aletaan opetella ja rakentaa (Hermanson 2007, 49).

Vaikka muutos olisikin odotettu ja positiivinen asia, koetaan vanhemmaksi tuleminen lähes aina stressaavana tilanteena. Suhtautumiseen vaikuttavat myös vanhemmaksi tulleen omat lapsuudenkokemukset, elämäntilanne ja se, alkaako vanhemmuus suunniteltuna. Vanhemmuus tuo mukanaan myös paljon vastuuta. (Karling ym. 2008, 78-79.) On tutkittu, että äitien ja isien osallistuminen lastensa hoitoon vaikuttaa lasten myöhempään hyvinvointiin. Vanhempien osallistuminen lasten elämään vaikuttaa lapsen koulumenestykseen, sosiaalisuuteen ja luonteeseen. On myös selvitetty, kuinka erityisesti isän osallistuminen vauvan hoitoon näkyy lapsen myöhemmissä vaiheissa. Isien aktiivinen osallistuminen vauvan hoitoon näkyy tutkimuksissa siten, että heidän lapsensa reagoivat seitsenvuotiaina vähemmän herkästi stressiin. (Sinkkonen 2012, 71-73.)

2.1 Apua saatavilla

Perheet selviytyvät paremmin vanhempien saadessa tukea ja ohjausta vauvan hoidossa, vanhemmaksi kasvamisessa sekä varhaisen vuorovaikutuksen opettelussa vauvan kanssa (Kalam-Salminen, Leino-Kilpi & Puukka 2008, 239.) Raskau-

den ollessa fyysisesti ja henkisesti lähempänä naista saattaa isä jäädä ulkopuoliseksi uudessa perheessä (Paajanen 2006, 26).

Ohjauksella on keskeinen merkitys käytännön hoitotyössä. Sitä toteutetaan hoitotyössä päivittäin, mutta yksiselitteistä määrittelyä ohjaukselle on vaikea tehdä, sillä lähtökohtana ohjaukselle on aina ohjattava ihminen ja hänen yksilölliset tarpeensa. Ohjausta on määritelty muun muassa toisen ihmisen kanssa yhteistyössä toimimisenä niin, että henkilö saa apua voimavarojensa käytössä ja löytämisessä, paremman itseymmärryksen saavuttamisessa sekä omien tuntemustensa tutkimisessa. Päämääränä on aloittaa ihmisessä kehitysprosessi, jonka lopputuloksena tämä pystyy tekemään perusteltuja tekoja ja valintoja hoitoonsa liittyen sekä parantaa ohjauksen avulla myös elämänhallintaansa. (Jahren Kristoffersen, Nortvedt & Skaug 2006, 455-456.)

Tuella tarkoitetaan sellaisia toimintoja, jotka kannustavat, edistävät, rohkaisevat, auttavat ja vahvistavat isäksi tulemistä ja sitä kasvua, mikä isäksi tuloon liittyy. Sosiaalinen tuki on erityisesti pienten lasten isille tärkeää. (Kaila-Behm 1997, 18, 27, 31). Sosiaaliseen tukeen sisältyy piirteitä emotionaalisesta tuesta, konkreettisesta tuesta sekä päätöksenteon tuesta. Emotionaalinen tuki pitää sisällään turvallisuuden tunteen luomista sekä muun muassa rakkautta, ihailua ja kunnioitusta. Avun, esimerkiksi ajan tarjoaminen on konkreettista tukemista. Päätöksenteon tukemiseen puolestaan liittyy henkilön tukeminen palautetta antamalla, jolloin vaikutetaan yksilön ratkaisuntenkotiin. (Salonen, Kaunonen, Hietikko & Tarkka 2011, 4.)

Hoitajien antama sosiaalinen tuki voidaan myös määritellä sellaiseksi vuorovaikutukseksi, jolloin tietyllä käyttäytymisellä ja toimimisella luodaan positiivisia vaikutuksia yksilön fyysiseen, psykologiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin (Salonen ym. 2011, 4). Perhekeskeisyyttä on tutkittu paljon, ja perheen selviytymisen kannalta tärkeässä roolissa on todettu olevan erityisesti hoitajien antama sosiaalinen tuki lapsen syntymän jälkeen (Kalam-Salminen 2005, 35).

Äidit ja isät pitävät perhevalmennusta vanhemmaksi kasvamisen tukemisen tärkeänä toimintamuotona (Kaila-Behm 1997, 18, 27, 31). Perhevalmennus käsittää lasta odottavien, synnyttävien ja kasvattavien perheiden vanhemmuuteen ohjauksen ja valmennuksen. Perhevalmennusta käytetään neuvolatyön ja synnytyssai-

raalan työskentelymuotona siihen asti, kun lapsi kasvaa vuoden ikäiseksi. (Haapio, Koski, Koski & Paavilainen 2009, 9.) Vanhemmille annetaan tietoa ja tukea perhe-elämästä, raskaudesta ja synnytyksestä. Parhaimmillaan asiantuntija ja vanhemmat käyvät dialogia keskenään, jakaen tunteitaan ja tietojaan. (Tuominen 2009, 13.)

2.2 Arvokas isyys

Suomen laissa on määriteltynä isyys sen syntyvän mukaan. Lain mukaan avioliiton aikana syntyneen lapsen isä on aina aviomies, eikä isyyden toteamiseksi tarvita erillisiä toimia. Isän tulee tunnustaa lapsi silloin, jos puoliset eroavat ennen lapsen syntymää tai isää vastaan tulee nostaa kanne isyyden vahvistamiseksi. Äidin mennessä uuteen avioliittoon ennen lapsen syntymää tulee uudesta aviomiehestä lapsen isä avioliiton perusteella. Avioliiton ulkopuolella syntyneen lapsen isyyden vahvistamiseen tarvitaan isyyden tunnustaminen tai tuomioistuimen päätös. Kun lapsi syntyy, lastenvalvoja tarjoaa äidille mahdollisuutta isyyden selvittämiseen, josta äiti voi halutessaan kieltäytyä. Äidin halutessa isyyden selvittämistä on hän velvollinen kertomaan totuuden asiasta lastenvalvojalle. Isyyden selvittämisen jälkeen lastenvalvoja tarjoaa isälle mahdollisuuden tunnustaa isyys. Isyyden vahvistaminen ei vaadi äidin hyväksymistä, mutta asiassa tulee kuulla äitiä. (Isyys, [viitattu 27.4.2012].)

Vaikka osalle miehistä tunne isyydestä syntyy ja syvenee lapseen vasta myöhemmin syntymän jälkeen, suurimmalle osalle oman lapsen näkeminen ensimmäistä kertaa saa lapsen tuntumaan heti ”omalta” (Paajanen 2006, 26, 32-33). Haapion ym. mukaan (2009, 89) isät prosessoivat isäksi tuloaan todeksi, konkreettiseksi, ajankohtaiseksi ja tutuksi työstämällä. Isät valitsevat itse, millä tapaa haluavat olla lapselle isänä: sivustakatsojana, perheenpäänä, kumppanina tai tukihenkilönä. Tapa, jolla isä valitsee olevansa vanhempi saattaa olla erilainen verrattuna esimerkiksi puolison työskentelyyn, ja ristiriita voi vaikeuttaa isän omaa toimintaa.

Chinin ym. (2011, 4, 12-13) tutkimuksessa esille nousi kolme pääteemaa liittyen isäksi kasvamiseen. Suurimmat tunnereaktiot muutosprosessissa ilmenevät

yleensä pian lapsen synnyttyä. Seuraavaksi isät alkavat tunnustella isyyden mukana tulleita uusia rooleja. Tämän jälkeen isät määrittelevät uudelleen sekä itsensä että suhteensa puolisoonsa.

Huttunen (2001, 58,60,62,64) jakaa isyyden neljään osaan: Biologinen isyys tarkoittaa miehen ja lapsen välistä, perinnöllistä ja biologista suhdetta, jossa lapsi on saanut alkunsa kyseisen miehen sukusoluista. Juridinen, laillinen isyys määrittyy sen mukaan kenellä on laissa määriteltyjä, yhteiskunnan antamia oikeuksia ja velvollisuuksia lapsesta. Sosiaalisesta isyyteen sisältyy ajan, hoivan ja huolenpidon antaminen lapselle sekä asuminen ja arjen jakaminen lapsen kanssa. Myös sosiaalisiin tilanteisiin kuuluva julkinen esiintyminen lapsen kanssa liittyy sosiaalisesta isyyteen. Psykologinen isyys käsittää tunnepohjaisen, kiintymyksen perustuvan isyyden puolen, joka määrittyy lapsen kautta. Lapsi määrittää, ketä hän pitää isänään, keneen hän kiintyy ja turvautuu sekä kenellä on arvovaltaa hänen kasvatukseensa. Psykologinen isyys tarkoittaa miehen kannalta tunnepohjaisia merkityksiä: halua hoivata, suojella, auttaa, tukea henkisesti, olla lähellä ja viettää aikaa lapsen kanssa.

On todettu, että yhteiskunnalliset ja kulttuuriset normit isyyteen liittyen ovat muuttuneet länsimaissa viimeisen kolmen vuosikymmenen aikana. Muutos aiempaan on, että isät eivät ole vain tervetulleita hoivaamaan ja hoitamaan lastaan, osallistumaan kodin askareisiin ja olemaan palkkatöissä, vaan heidän myös automaattisesti oletetaan ottavan osaa kaikkiin näihin toimintoihin. (Chin ym. 2011, 4.)

Valtaosa isäksi tulleista miehistä arvioi elämänsä muuttuneen usealla tavalla parempaan suuntaan ja he käyvät läpi yllättäviäkin positiivisia tunne-elämyksiä. Sitoutunut isyys näyttäisi olevan isille hyvinkin suotuisaa. Isyyteen sitoutuneilla miehillä on vähemmän harrastuksiin, päihteisiin ja tupakkaan liittyvää riskikäyttäytymistä ja he ovat yhteisöllisempiä naapuruston ja läheisten kesken. Sitoutuneet isät lisäävät yhteydenpitoaan sukulaisiinsa sekä ovat kiinnostuneempia työurastaan ja tulevaisuudestaan. (Huttunen 2010, 178-179.)

Sinkkosen mukaan (2012, 231-233) vauvan ja pikkulapsen elämässä isän roolina on olla valpas suojelija. Lapsen kasvaessa isä auttaa uhmaikäistä hallitsemaan aggressioitaan omalla auktoriteetilla, joka mahdollistuu isän aseman jäädessä

hieman ulkopuoliseksi suhteessa äidin ja vauvan ykseyteen. Isän asema tulisi nähdä positiivisena voimavarana, jonka ansiosta isä pystyy luomaan turvallisuutta lapsen maailmaan. Isän tärkeinä tehtävinä lapsen elämässä tulee myös olemaan sukupolvien välisen rajan luominen, oppaana ja valmentajana oleminen sekä roolimallina ja sankarina tai idolina oleminen. Isä on ratkaisevassa asemassa myös lastensa sukupuolisuuden kehittymisen kannalta. Isä voi opettaa ja näyttää lapselle, että hän on hyvä ja rakastamisen arvoinen omana itsenään.

3 HOITOHENKILÖKUNTA ISÄN TUKENA

Synnytyksen jälkeisessä ohjauksessa tulisi käyttää todellista perheohjauksellista näkökulmaa: uudet vanhemmat tulisi kohdata perheenä eikä vain potilastapauksina. Synnytysvuodeosastojen henkilökunnalla tulisi olla mahdollisuus ottaa isiä enemmän huomioon ja mukaan synnytyksen jälkeiseen ohjaukseen. (Hildingsson, Thomas, Engström Olofsson & Nystedt 2009, 280.)

Perheenjäsenten yksilöllisessä kunnioittamisessa ja kohtelussa synnytysvuodeosastolla tulee ottaa huomioon yksilöiden tasa-arvoinen kohtelu sekä itsemääräämisoikeuden ja vakaumuksen kunnioittaminen. Tavoitteellinen hoitotoiminta on vahvasti yhteydessä kunkin perheenjäsenen elämässä tapahtuviin muutoksiin, joita lapsen syntymä tuo mukanaan. (Kalam-Salminen 2005, 33.)

On hyvin tunnettu asia, että isyydellä on tärkeä rooli perhe-elämässä ja se vaikuttaa merkittävästi imeväisen kehityksen kulkuun. Tämä kulku pohjustetaan raskauden aikana, ja varhaisella lapsuudella on pitkäaikainen vaikutus mielenterveyteen ja kehitykselliseen statukseen läpi elämän. Tänä päivänä ollaan yhä enemmän kiinnostuneita isien kokemuksista ja heidän roolistaan imeväisen varhaisessa hoidossa, mutta sen tunnistaminen, kuinka olla yhteydessä miesten kanssa ja tukea isyyttä, on vasta aluillaan. (Halle ym. 2008, 57.)

Sinkkonen (2012, 87-88, 90) tuo teoksessaan esille vähemmän tunnettua asiaa odottavan isän ja vastasyntyneen isän mahdollisuudesta masentua. Tällä hetkellä tiedetään hyvin vähän siitä, millaisia seurauksia voi olla pikkuvauvan molempien vanhempien yhtäaikaisesta masennuksesta. Molempien vanhempien ollessa alkuloisia ja uupuneita, vaikutukset ovat myös kauaskantoisempia ja laajalaisempia. Sekä äitien että isien masennusoireet ovat tulleet tutkimuksissa näkyviin jaksamattomuutena stimuloida lasta lukemalla, laulamalla tai satuja kertomalla. On ilmennyt myös, että isien masennusoireita esiintyy yhtä yleisesti kuin äitien. Niillä lapsilla, joiden isällä on ollut synnytyksen jälkeistä masennusta, on todettu kolme ja puolivuotiaana enemmän käytösongelmia. Varsinkin esikoislapsen odotus, syntymä ja vanhemmuuteen siirtyminen kuormittavat usein miehiä niin, että he

alkavat oireilla psyykkisesti, ensisijaisesti masennuksen muodossa. Depressiiviset vanhemmat eivät pysty tukemaan sen enempää toisiaan kuin vauvaakaan.

Jopa kolmannes miehistä voi kokea mielenterveysongelmia lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana. Isällä voi esiintyä ahdistuneisuutta, masennusta, pakko-oireita sekä maanisdepressiivisyyttä. Synnytyksestä saattoi aiheutua isille posttraumaattinen stressireaktio, jos he eivät mielestään tukeneet puolisoaan synnytyksen aikana. Oireet voivat pahimmillaan johtaa jopa psykoosiin. Synnytyksen jälkeisen masennuksen huomattiin vaikuttavan sekä isien että heidän puolisojensa vuorovaikutukseen lapsen kanssa sekä lasten käytökseen. Isän pakko-oireet voivat myös vaikuttaa haitallisesti lapseen. (Bradley & Slade 2011, 19.)

Mikäli isät osallistuvat lapsensa hoitoon alusta asti, sillä on todettu olevan positiivisia vaikutuksia isän ja vauvan suhteen kehittymisen ohella myös äidin ja vauvan välisen siteen muodostumiselle. Uusi isä olisi nähtävä tuoreessa vanhemman roolissaan omat odotuksensa omaavana ja äidin kanssa tasavertaisena synnytysvuodeosaston asiakkaana sekä vanhempana. (Kalam-Salminen 2005, 13.)

Sinkkosen tekemien haastattelujen perusteella (2012, 88-90) isillä on ollut erittäin positiivisia kokemuksia synnytyssairaalan henkilökunnasta Suomessa. Miehet myös osallistuvat aktiivisesti äitiysneuvoloiden perhevalmennuksiin, mutta harvoin varsinaisia isäryhmiä edes järjestetään. Monesti miesten on luontevampaa keskustella toisten miesten kanssa kuin sekaryhmissä. Isille järjestettävät keskusteluryhmät olisivat loistava ehkäisykeino ongelmille.

4 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa isien saamasta ohjauksesta ja tuesta synnytysvuodeosastolla sekä isien selviytymisestä kotona vauvan kanssa. Opinnäytetyön tarkoitus on haastatella esikoislapsen isiä heidän kokemuksistaan synnytysvuodeosastolta ja vauva-arjesta kotona. Opinnäytetyön tutkimustehtävät ovat:

1. Millaista ohjausta ja tukea isät kokivat saaneensa synnytysvuodeosastolla?
2. Millaisia kokemuksia isillä oli kotona selviytymisestä vauvan kanssa?

5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄ JA TOTEUTUS

Opinnäytetyössä käytetään kvalitatiivista eli laadullista lähestymistapaa. Kankkunen ja Vehviläinen-Julkusen (2009, 49) mukaan kvalitatiivinen tutkimus käsittelee esimerkiksi ihmisten näkemysten kuvauksia sekä kokemusten ja käsitysten tutkimista. Se on myös tiiviisti yhteydessä muun muassa ihmisten asenteisiin, käyttäytymisen muutoksiin sekä uskomuksiin. Lisäksi laadullisen tutkimuksen tekeminen perustuu vahvasti tutkijoiden omiin tulkintoihin, luokittelu- ja yhdistämiskykyyn, järjestykseen sekä intuitioon (Metsämuuronen 2008, 8).

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusote sopii käytettäväksi silloin, jos kyseessä on aiempaa aiempia tutkimustuloksia sekä aiemmin käytettyjä tai vanhoja toimintamalleja. Laadullista tutkimusotetta käytetään myös jos aiheeseen halutaan saada uusi näkökulma (Kankkunen ym. 2009, 50). Tarkoituksena on haastatella kahta isää kerran toteutuvalla yksilöhaastattelulla. Isät ovat haastatteluhetkellä 26-vuotiaita, ja syntyneet lapset alle kahdeksan kuukauden ikäisiä. Suoritettavat haastattelut kestävät noin tunnin ja molemmat haastattelut nauhoitetaan. Haastattelu toimii aineistonkeruumenetelmänä, kun tutkitaan emotionaalista eli tunteita herättävää aihetta, halutaan täsmentää ja tulkita haastateltavien vastauksia, ja tarvittaessa vaihtaa tutkimusaiheiden eli kysymysten järjestystä (Metsämuuronen 2008, 39).

Opinnäytetyö toteutetaan käyttämällä puolistrukturoitua yksilöhaastattelua, jolloin keskeiset aiheet on etukäteen sovittu, kuten keskustelun aihepiirit ja teemat (Kankkunen ym. 2009, 97). Itse haastattelun toteutus ei ole täysin ennalta määrätty, vaan esimerkiksi kysymysten järjestys saattaa vaihdella ja kysymysmuotoihin voi tulla tarkennusta vielä haastattelun aikanakin. Keskeisin merkitys on ihmisten asioille antamalla merkityksillä ja tulkinnoilla. Puolistrukturoitua haastattelua kutsutaan myös teemahaastatteluksi (Metsämuuronen 2008, 41). Yksilöhaastattelu soveltuu silloin aineistonkeruumenetelmäksi, kun haastateltava ei mahdollisesti halua keskustella aiheesta ryhmässä tai mikäli selvitettävä aihe on tunnepitoinen (Kankkunen ym. 2009, 95).

Kun isien yksilöhaastattelut on toteutettu, tulee saadut nauhoitetut aineistot saat-
taa oikeanlaiseen muotoon, ennen kuin voidaan alkaa työstää varsinaista aineis-
ton analysointia. Yleensä kvalitatiivista menetelmää toteutettaessa aineisto analy-
soidaan pian sen keräämisen yhteydessä, mikä tapahtuu litteroimalla haastattelu-
nauhojen materiaali. Haastattelunauhat kirjoitetaan puhtaaksi, jolloin niistä syntyy
tekstiä (Kankkunen ym. 2009, 132). Opinnäytetyön aineiston analysoinnissa on
mahdollista suorittaa myös niin sanottuja valikoituja litterointeja. Tällöin litteroidaan
vain sellaiset haastattelun osat, jotka ovat oleellisia tutkimusta raportoidessa.
(Metsämuuronen 2008, 48.)

Varsinainen sisällönanalyysi tarkoittaa tutkittavan ilmiön laajaa, mutta tiivistä ana-
lysointia, jolloin avainasemassa on tutkijoiden oma ajattelu (Kankkunen ym. 2009,
134). Käyttämällä sisällön analyysiä luodaan toistettavissa olevia ja perusteltuja
päätelmiä löydetyn tiedon ja sen taustan välillä. Sisällönanalyysin tarkoituksena on
hankkia tietoa, löytää uusia näkökulmia sekä kuvata faktoja. Sisällön analyysillä
mahdollistetaan tiivistetty ja selkeä ilmiön kuvaus. (Elo & Kyngäs 2007, 108.)

Sisällön analyysiin ei ole yhtä oikeaa tapaa. Analysoinnin lopputuloksena voi olla
ilmiötä kuvaavia käsitteitä tai kategorioita, jotka muodostavat esimerkiksi mallin,
käsitekartan tai luokituksen. Analyysimuoto voi tutkimustehtävästä riippuen olla
myös lause, sana tai osallistujien määrä keskustelussa. Tutkijan tulee perehtyä ja
syventyä huolellisesti aineistoonsa, jotta mahdolliset oivallukset ja teoriat voidaan
havaita. Lisäksi analysointiprosessi ja tulokset tulee olla kuvattu riittävän yksityis-
kohtaisesti, jotta lukija saa selvän käsityksen analyysin kulusta sekä sen vahvuuk-
sista ja heikkouksista. (Elo & Kyngäs 2007, 108-109, 112.)

5.1 Aineiston keruu

Tässä opinnäytetyössä haastatellaan esikoislapsen isiä heidän kokemuksistaan
synnytysvuodeosastolta ja vauva-arjesta kotona. Isiä haastatellaan syvällisesti
keskustellen kerran toteutuvilla yksilöhaastatteluilla.

Opinnäytetyöhön haettiin tutkimuslupaa Kuusiokuntien terveystuntayhtymän ter-
veyskeskuksesta. Haastatteluun osallistuville isille postitettiin neuvolan kautta ai-

heeseen valmisteleva saatekirje (Liite 1), jossa kerrottiin muun muassa haastattelun toteutumistapa, kesto sekä haastatteluajankohta ja -paikka. Lisäksi haastateltavaksi suostuville isille annettiin ennen haastattelua allekirjoitettavaksi suostumuslomake (Liite 2), jossa haastateltava suostui haastattelun nauhoitukseen. Haastateltavien isien anonymiteetti turvattiin opinnäytetyössä siten, että haastateltavien nimet pysyivät koko prosessin ajan vain haastattelijoiden tiedossa. Opinnäytetyön valmistuttua haastattelusta saadut materiaalit tuhottiin.

Opinnäytetyössä isien yksilöhaastattelut suoritettiin joulukuussa 2012 sekä helmikuussa 2013. Haastatteluympäristö oli rauhallinen ja läsnä olivat haastattelijat sekä haastateltava isä.

Haastatteluihin oli varattu aikaa noin tunti kummallakin kerralla. Haastattelutilanne suoritettiin toisen opinnäytetyön tekijän kotona, keittiön pöydän ääressä nauhurin tallentaessa haastattelua pöydän keskeltä. Keskustelu aloitettiin esittelyillä, jonka jälkeen kerroimme opinnäytetyöstä sekä aiheenvalinnasta. Korostimme, että haastattelun oli tarkoitus toteutua avoimen keskustelun muodossa. Esitimme haastattelun kysymykset tutkimusteemojen mukaisessa järjestyksessä seuraavasti:

- Kuvaillaa lapsen syntymän jälkeistä aikaa synnytysvuodeosastolla.
- Millaista arki vauvan kanssa oli kotona?
- Missä asioissa olisitte tarvinneet enemmän tukea tai ohjausta jälkikäteen ajateltuna?

Vastauksia tarkennettiin tarvittaessa lisäkysymyksillä.

Litterointi toteutettiin kuuntelemalla haastattelut läpi, ja kirjoittamalla auki sanasta sanaan. Puheen tauot, ilmeet ja äännähdykset, kuten nauru, merkittiin sulkuihin kuvailevilla sanoilla. Litterointi kirjoitettiin Calibri – tekstityylillä, käyttäen fonttia 12 ja rivinväliä 1,5. Teksti tasattiin vasemmalta reunalta 4 cm ja oikealta 2 cm. Aineistoa syntyi yhteensä 18 sivua.

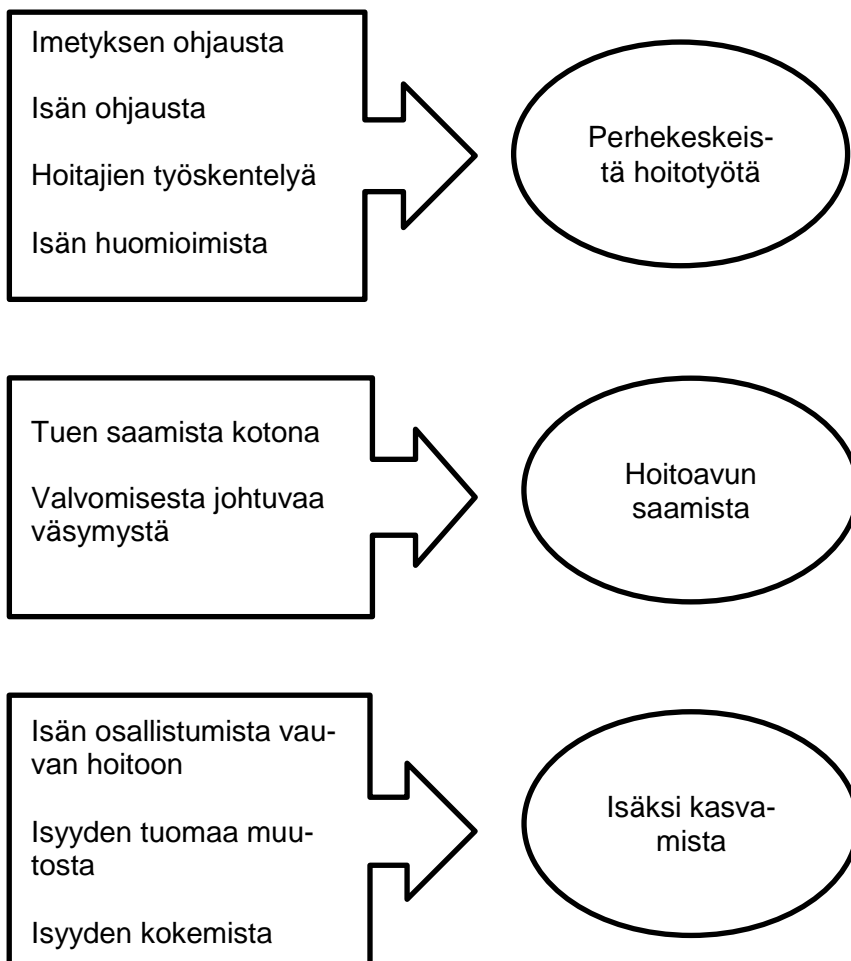
Sisällön analysointia lähdettiin toteuttamaan nostamalla esiin haastattelun aineistosta isien kokemuksia kuvailevia kommentteja. Kokemuksista karsittiin opinnäytetyön kannalta merkitykselliset kohdat, jotka koottiin yhteen taulukkomuotoon. Taulukon yläsarakeiksi nimettiin ”alkuperäinen ilmaus”, ”pelkistetty ilmaus”, ”alakate-

goria” ja ”yläkategoriä”. Isien kokemuksia kuvailevat lainaukset asetettiin ”alkuperäinen ilmaus” – sarakkeen alle, ja niistä poimittiin tarkempia sisällön merkityksiä pelkistetyn ilmauksen alle. Samoja asioita kuvaavat pelkistetyt ilmaukset koottiin ensin alakategorioiksi, joista nousi esiin tutkimuskysymyksiin saadut vastaukset. Nämä merkittiin yläkategorioiksi. (Liite 3.)

Raportoinnissa käytetyt lainaukset eroteltiin toisistaan merkitsemällä haastatellut isät I 1:ksi ja I 2:ksi.

6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA NIIDEN TARKASTELU

Isien synnytysvuodeosastolla saama ohjaus ja tuki koettiin perhekeskeisenä hoitotyönä. Perhekeskeisyys näkyi imetyksen ja isien ohjauksessa, hoitajien työskentelyssä sekä isien huomioimisessa. Vauvan kanssa kotona selviytymisessä keskeiksi nousivat hoitoavun saaminen ja isäksi kasvamisen kokemukset. Hoitoavun saaminen sisälsi tuen saamista kotona sekä valvomisesta johtuvaa väsymystä. Isäksi kasvaminen näkyi osallistumisena vauvan hoitoon, isyyden tuomana muutoksena ja isyyden kokemisena.



Kuvio 1. Isien kokemuksia ohjauksesta ja tuesta synnytysvuodeosastolla sekä kotona selviytymisestä

Isän roolia ja sitoutumista lapsen hoitoon voidaan vahvistaa isien ja hoitajien välillä luottamuksellisella suhteella. Tavallisimmin tukea tarvitaan vauva-perheen arkeen, lasten kasvuun ja kasvatukseen liittyvissä asioissa sekä parisuhteen tukemisessa ja sosiaalisen verkoston vahvistamisessa. Myös arkielämän haasteissa ja perheen kriiseissä tarvitaan tukea. (Salonen ym. 2011, 4.) Suurin osa tämän päivän isistä osallistuu synnytystä edeltävään valmistautumiseen olemalla läsnä synnytyksessä ja avustamassa imeväisen varhaisessa hoidossa (Halle ym. 2008, 60).

6.1 Perhekeskeinen hoitotyö

Haastatteluista ilmeni, että isien hoitajilta saama tuki ja ohjaus synnytysvuodeosastolla koettiin pääosin perhekeskeisenä. Perhekeskeisyys toteutui imetysohjauksena, isän ohjauksena, hoitajien työskentelynä sekä isän huomioimisena.

Imetyksen ohjausta. Isät kokivat imetysohjauksen syötoissä avustamisena, molempien vanhempien neuvomisena ja imetystekniikan opettamisena. Hoitajat olivat läsnä imetyksen opettelun alussa ja kävivät useita kertoja varmistamassa imetyksen sujumista. Hoitajat antoivat enemmän aikaa ja ohjausta silloin, jos imetyksessä ilmeni ongelmia. Vanhemmat saivat tasapuolisesti neuvoja imetykseen synnytysvuodeosastolla. Isät kokivat saadun tietomäärän suurena, jolloin sisäistetty tieto riippui siitä, kuinka paljon sitä pystyi vastaanottamaan. Toisen isän imetykskokemukset liittyivät siihen, että useista yrityksistä huolimatta imetys ei lähtenyt sujuumaan ja puoliso ei pystynyt imettämään vauvaa.

”---.--- kyllä siinä kävi hoitaja oikeen avustamassa sitä syöttöä, että jos se lähtis hoksaamaan sen jutun ---.--- hoitajakin tuumas, että ei se, ei onnistu. ---.--- Pitkän tovin ne siinä yritti ja usiamman kerran päiväs.” (I 1.)

Sheriff ja Hall (2011, 467) ovat tutkineet terveydenhuollon ammattihenkilöiden toteuttamaa isien rohkaisemista sitoutua imetyksen edistämiseen. Isät ovat kiinnostuneita imetyksestä ja haluavat osallistua laajemmin imetykseen valmistautumiseen ja tukemiseen. Isät toivoivat enemmän merkityksellistä ja helposti ymmärret-

tävää tietoa imetyksen hyödyistä ja käytännön ongelmista puolison imetyksen tukemisessa.

Isän ohjausta. Isät olivat enimmäkseen tyytyväisiä synnytysvuodeosastolla saamaansa ohjaukseen. Ohjaus toteutui neuvomisena, suullisena ja kirjallisena ohjauksena sekä yhteystietojen antamisena. Hoitajat neuvoivat isiä samalla, kun hoitivat vauvaa itse. Toinen isistä koki saaneensa samankaltaista ohjausta jo ennen synnytystä jaettujen esitteiden muodossa. Synnytysvuodeosastolla saatiin lisää sekä kirjallista materiaalia että suullista ohjausta. Hoitajilta saatiin synnytysvuodeosaston yhteystiedot, mikäli kotiutumisen jälkeen tulisi ongelmia tai kysyttävää. Isät pitivät suullista ohjausta parempana, sillä sen koettiin jäävän helpommin mieleen. Hoitajien antama ohjaus koettiin ammattitaitoisena ja riittävänä, eikä saadun ohjauksen jälkeen jääty enää kaipaamaan lisää ohjausta. Ilmi tuli myös sellaisia kokemuksia, että imetysohjauksen lisäksi isät eivät saaneet enää hoitajilta muuta ohjausta.

”Ei siinä sen syömisen jälkeen kauheesti tainnu olla mitään. ---.--- Ei siinä ollu mun mielestä oikeistansa muuta ohjausta tai sellasta mitään, nehän oli näis esitteis, melkein niis ennen synnytystä jaettavis, jos vaan ne luki.” (I 1.)

Ne isät osallistuvat enemmän lapsen hoitoon synnytysvuodeosastolla, joille on annettu tietoa synnytyksestä sekä lapsen voinnista ja hoidosta. Ohjaus synnytysvuodeosastoilla pitää sisällään ohjauksen hoitotoiminnan aikana sekä pidemmälle tähtäävän terveysneuvonnan. (Kalam-Salminen 2005, 30, 33.) Mesiäislehto-Soukan (2005, 15, 140) tutkimus on tuottanut uutta tietoa isien kokemuksista perheenlisäyksestä. Isät korostivat synnytysvuodeosastolla saadun opetuksen ja ohjauksen merkitystä, mutta hoidon yksilöllisyys ei toteutunut kaikilta osin.

Ennen lapsen syntymää useimmilla isillä oli realistiset odotukset vauvan hoidosta, myös syöttämisestä ja sen tiheydestä sekä vauvan nukkumista koskevista asioista (Halle ym. 2008, 60.) Salosen tutkimuksessa (2011, 5, 10) hoitajien antama sosiaalinen, konkreettinen tuki toteutui heikoiten. Erityisen haastavaksi isät kokivat vauvan viestien tulkinna ja itkevän vauvan lohduttamisen. Isät toivovat tulevaisuudessa enemmän kuulluksi sekä saavansa keskustella enemmän hoitajien kanssa.

Hoitajien työskentelyä. Hoitajien työskentely näkyi hoitajien käymisenä potilashuoneissa, vauvan punnitsemisena sekä hoitajien osaamisena ja läsnäolona. Isien mukaan hoitajat kävivät potilashuoneissa tekemässä tarvittavat hoitotoimenpiteet, eivätkä isät kiinnittäneet asiaan suurempaa huomiota. Konkreettisista hoitotoimenpiteistä isille jäi mieleen vauvan punnitseminen. Toiselle isistä jäi mieleen hoitajien ammattitaitoon liittyen erityisesti harjoittelijan osaaminen ja läsnäolo perheen kanssa.

”(naurahdus) Ei siinä mitään, ne kävi, ja ei siinä mitään sen kummempaa.” (I 2.)

” No siinä oli se joku harjoittelija, kätilöharjoittelija. ----...---Se oli kyllä osaava.----...--Joo se koko ajan oli siinä huoneessa, kun meillä oli se perhehuone, kysy, että onko kaikki kunnossa.” (I 2.)

Hoitotyön toimintojen tulisi synnytysvuodeosastolla suuntautua äitiin, isään ja lapseen sekä kaikkiin erikseen että yhteisesti perheenä. Perheenjäseniin kohdistuvat hoitotoimenpiteet ovat fyysisiä hoitotyön toimintoja, esimerkiksi äidin ja lapsen fyysisen tilan seuraaminen, lääke- ja kivunhoito, perheen puhtaudesta ja ravitsemuksesta huolehtiminen sekä hoidossa tarvittavien apuvälineiden käytön ohjaaminen. Päätöksenteon toimintoihin sisältyy yhdessä perheen tai vanhempien kanssa toteutettu hoidon suunnittelu ja arviointi. Perheen omaa aktiivisuutta ja hoitoon osallistumista tukevat toiminnot ovat omatoimisuuteen tähtääviä hoitotoimia. Hoidon jatkuvuutta tukevilla toiminnoilla tarkoitetaan perheen voinnista ajan tasalla pysymistä, sujuvaa tiedonsiirtoa eri yhteistyötahojen välillä sekä hoidon etenemisen selvittämistä perheelle. (Kalam-Salminen 2005, 33.)

Isän huomioimista. Isät kokivat hoitajien huomioivan heitä perään katsomalla ja sivusta seuraamalla sekä tervehtimällä heitä huoneeseen tultaessa. Isät kertoivat hoitajien seuranneen heidän vauvanhoitoaan sivusta ja muutenkin katsoneen perään niin, etteivät isät tunteneet pelkoa vauvan käsittelyssä. Hoitajat myös rohkaisivat isiä vauvan hoitoon sekä kyselivät isien vointia. Enimmäkseen isät kokivat, että hoitajat ottivat heidät hyvin huomioon. Toinen isistä kertoi jääneensä vähälle huomiolle synnytysvuodeosastolla ja tietyissä tilanteissa kokonaan huomiotta. Esiin nousi kokemuksia, joissa hoitajat kiinnittivät huomiota lähinnä äidin jaksamiseen. Isän jaksamisesta ei puolestaan ollut puhetta lainkaan.

”---.--- siinä ei paljon taidettu huomioida, että ketä siellä on, tai ei huomioitu juuri ollenkaan, mutta ei se haitannu, että mä sain vähän rauhas siellä kattella---.--- Kyllä ne morjesti, että siinä on isä joo, kun hoitaja tuli sillä välillä huoneeseen.” (I 1.)

Hallen ym. (2008, 63) mukaan isät eivät kokeneet saavansa riittävästi emotionaalista ja käytännön tukea kumppaneiltaan tai ammattilaisilta. Isät ilmaisivat myös turhautumistaan hoitajia ja kättilöitä kohtaan yrittäessään saada heiltä neuvoa ja tukea vauvan kantamisessa. Mesiäislehto-Soukan tutkimuksessa (2005, 140) selviää, että synnytysvuodeosastolla tarpeellisena koettiin isille suunnattu yhteinen keskustelu synnytyksen jälkeen. Tässä opinnäytetyössä isät eivät tuoneet esille tarvetta isille suunnatulle keskustelulle.

Vuodeosastolla annetun hoidon laatu ei kaikilta osin vastaa vanhempien odotuksia. Osa kokee puutteita perheen ihmissuhteisiin ja vanhemmaksi kasvuun saadussa tuessa. (Kalam-Salminen ym. 2008, 245.) Tiedollisen tuen sijaan perheet odottavat heidän tarpeisiin keskittymistä ja yksilöllistä ohjausta (Salonen ym. 2011, 4). Samansuuntainen tiedon antaminen hoitohenkilökunnan osalta, isän huomioon ottaminen synnytyksen jälkeen sekä vastasyntyneen ensihoito koettiin isien kannalta merkityksellisinä (Mesiäislehto-Soukka 2005, 140).

6.2 Hoitoavun saaminen

Hoitoavun saaminen kotona liittyi olennaisesti isän jaksamiseen ja pärjäämiseen vauvan kanssa. Hoitoavun saaminen sisälsi tuen saamista kotona sekä helpotusta valvomisesta johtuvaan väsymykseen.

Tuen saamista kotona. Tuen saamiseen kotona vaikutti sekä isien omaaloitteinen ohjeiden kysyminen terveydenhuollosta että tuen saaminen läheisiltä ja työnantajalta. Toinen isä kertoi ottaneensa neuvolaan yhteyttä vauvan syömisongelmissa. Äidiltä saatiin lapsen hoitoon liittyviä neuvoja ja tukea oli aina tarvittaessa saatavilla omilta vanhemmilta sekä puolisoilta. Lisäksi työnantajan suhtautuminen koettiin ymmärtäväisenä ja joustavana työaikojen puolesta. Omat sisarukset olivat myös tärkeänä hoitoapuna. Mikäli isä jäi vauvan kanssa kahdestaan kotiin, koettiin puolison jättämät kirjalliset ohjeet, esimerkiksi muistilaput hyödyllisinä.

”--..-- koko ajan äidit ja isät ja puoliso ja sitten, kun mä oon siinä töissä niin on sanottu, että jos tarttee lommaa, niin heti saa, että.” (I 2.)

”Puolisokin yleensä, jos se on jossain käyny---..--- se on aina lapun kirjottanu siinä oveen, että.” (I 2.)

Useimmat isät saavat riittävästi tukea puolisoltaan isyyteensä, mutta toivoivat yhteiskunnalta enemmän tukea. Tiedetään myös, että sukupolvelta toiselle perinteisesti periytyneen tuen ja tiedon osuus on vähentynyt. (Salonen, Kaunonen, Hietikko & Tarkka 2011, 4.) Toiset isät onnistuivat puolestaan neuvottelemaan työantajan kanssa itselleen lyhyempiä työpäiviä. Tällaisten muutosten katsottiin mahdollistavan isille enemmän yhteistä aikaa lapsensa kanssa. (Chin, Hall & Daiches 2011, 12.)

Valvomisesta johtuvaa väsymystä. Valvomisesta johtuva väsymys aiheutui nukkumattomuudesta synnytyksen aikana, kodin ja sairaalan välin ajamisesta sekä yöheräämisistä. Toinen isistä kertoi menneensä synnytyksen jälkeen töihin nukkumatta välissä ollenkaan. Perhehuoneen puutteen vuoksi toinen isä puolestaan joutui ajamaan kotiin nukkumaan puolison ja vauvan sairaalassaolon ajan. Vauvan jokaöinen herääminen alkoi näkyä väsymisenä toisen viikon jälkeen vauvan syntymästä.

”Siinä rupes jo niin väsymään siinä, no, sen toisen viikon jälkeen rupes jo väsymään jo ittekin, että kun joka yö heräs--..—” (I 1.)

Kotona väsymystä aiheuttivat yöheräämiset ja yösyötöt. Koska isät kävivät arkipäivisin töissä, oli puolison kanssa sovittu, että isät valvovat puolestaan vapaapäivinä. Toinen isistä kertoi heränneensä koko isyytloman yösyöttöjen vuoksi, jotta puoliso sai levähtyä.

Ensimmäiset viikot kotona ovat rankkoja perheelle lapsen hoidon opettelun ja väsymyksen vuoksi (Paajanen 2006, 46). Väsyneisyyden ja yöunien puutteen yhdistelmä aiheutti isillä kotona myös hankaluuksia, mikä lisäsi ärtyneisyyttä aiheuttaen ongelmia (Chin ym. 2011, 14). Isät pyrkivät helpottamaan puolison uupumusta, ja samanaikaisesti hoitamaan mahdollisimman paljon myös kotia (Paajanen 2006, 41).

6.3 Isäksi kasvaminen

Isäksi kasvu näkyi isyyden kokemuksina, isyyden tuomana muutoksena ja isän osallistumisena vauvan hoitoon.

Isän osallistumista vauvan hoitoon. Isät kertoivat, että imetyksen ohjauksessa heidän roolikseen jäi lähinnä vierestä seuraaminen ja äidin rauhoittaminen. Konkreettisista hoitotoimenpiteistä isille jäi synnytyssairaalassa erityisesti mieleen napanuoran leikkaaminen ja ensimmäinen kylvytys. Isät halusivat tuntea itsensä tarpeellisiksi tekemällä itse jotain, kuten pitää puolisoa kädestä. Isät kokivat olevansa oikeassa paikassa.

”--..--viimeks toissa päivänä kylvetin, ja vaipat joka päivä vaihdan, ja syötän, ja välillä herään yöllä, kun se tarttoo maitoa, että puolisoikin saa nukkua välillä.” (I 2.)

Isät osallistuivat vauvan hoitoon viettämällä aikaa tämän kanssa, vaihtamalla vaippoja, kylvettämällä ja syöttämällä. Yösyötöt tapahtuivat usein isien toimesta. Isät huomasivat myös toimivansa oikein vauvan hoidossa.

”--..—kun siinä kahdestansa oltiin, niin kumpikin, että mitenkä sitä ny, että nostaksä niinku oikein. Siinä sitten huomaa, näin kun nostaa, niin toinen ei sano mitään, niin silloin se on oikein.” (I 1.)

Sinkkosen (2012, 229) haastattelemat isät kykenivät tunnistamaan oman lapsensa tunteita ja mielialoja. Isillä oli tahtoa ja valmiuksia hahmottaa sekä ymmärtää vauvan kommunikaatiota, jolloin he myös löysivät keinoja hauskuuttaa, rauhoitella ja tyyntytellä vauvaa. Tutkimuksilla on pystytty todistamaan, että aivojen tietyt osat aktivoituvat isän kuullessa oman vauvan itkua, mutta eivät reagoi vieraan vauvan ääneen.

Äidin imetyksen kestoon vaikuttaa isän läsnäolo perhevalmennuksessa. Lisäksi isän merkitystä imetyksen tukihenkilönä pidetään äidin, lapsen ja isän suhteen ohella tärkeänä perhekeskeisen tukemisen osa-alueena. Isillä, jotka olivat mukana perhevalmennuksessa, oli myös enemmän tietoa imetyksessä tukemisessa. (Kalam-Salminen 2005, 30, 35.) Tässä opinnäytetyössä ei tullut esille, millaista tietoa isät olivat saaneet imetyksestä.

Osa isistä kaipaa itseltään lastenhoidossa enemmän oma-aloitteisuutta vaimon joutuessa liian usein kertomaan mitä pitäisi tehdä. Moni haluaisikin viettää enemmän kahdenkeskeistä aikaa lapsensa kanssa oppiakseen pärjäämään yksin tämän kanssa. Isien ja lapsien yhteisenä tekemisenä ovat usein hieman rajummat ja fyysisemmät leikit sekä kylvetys. (Paajanen 2006, 46.) Miehet huomasivat omakuvansa kumppaniaan leikkisämmän ja fyysisesti aktiivisemmän roolin lapsensa kanssa (Chin, Hall & Daiches 2011, 13).

Parhaimmiksi puoliksi isyydessä mainitaan puuhailu ja yhdessäolo lapsen kanssa, lapset ylipäättään sekä lapsen kehityksen ja kasvun seuraaminen. Haasteellisimpina asioina isyydessä pidetään lapsen tarpeiden tunnistamista, erilaisia kasvatuskysymyksiä ja lapsen hoitoa, vauvan rytmin oppimista sekä ajanhallintaa liittyen työn ja perheen yhteensovittamiseen. (Salonen ym. 2011, 4.)

Isyyden tuomaa muutosta. Isät kokivat arjen erilaisena vauvan syntymän jälkeen. Töihin lähtö koettiin vaikeana, sillä isät olisivat halunneet jäädä kotiin perheensä luo. Uusi aika koettiin mukavana, vaikka yhteinen aika puolison kanssa vähenikin.

”Nyt toivotahan vaan, että saisi olla kahdestansa (naurua)---pitäisi aina välillä saada käydä johnakin.” (I 1.)

Työmatkat ja töihin kuluva aika toivat ongelmia parisuhteeseen. Isän töihin palaa-
minen aiheutti myös sen, ettei lapsen kehityksen perässä aina pysytty.

”Sitten, kun ne maitomäärät aina lisäänty, niin mä itte, kun rupesin töissä käymään, niin mä en pysynyt enää mukana siinä---” (I 1.)

Aiemmin on tutkittu kuinka isien raskaudenaikaiset odotukset vastasivat varhaisen perhe-elämän todellisuuteen tunne-elämän hyvinvoinnin, vanhemmuuteen suhtautumisen, perhe-elämän järjestelyn ja tuen saatavuuden osalta. Isien odotukset, tunteet ja odotukset imeväisen varhaisesta hoidosta olivat vaihtelevia. Huomattiin, että useat isät eivät halua jäädä ulkopuoliseksi ja etäiseksi lapsensa elämästä vaan olla täysin sitoutuneita. (Halle, Dowd, Fowler, Rissel, Hennessy, Macnevin ja Nelson 2008, 57, 67-68.)

Osa isistä koki töihin paluun lapsen syntymän jälkeen raskaana, ja he olisivat halunneet jäädä kotiin perheidensä luokse. Isien paluu töihin toi lisäksi mukanaan uusia haasteita liittyen työn ja perhe-elämän välillä tasapainotteluun. Tämän koettiin myös aiheuttavan riitaa puolison kanssa. Jotkut isät asettivat asioita uuteen tärkeysjärjestykseen siten, että he jättivät omia harrastuksiaan ja vapaa-ajan toimiaan taka-alalle saadakseen enemmän aikaa perheelle, muille ihmissuhteille sekä työlle. (Chin, Hall & Daiches 2011, 12.)

Isyyden kokemista. Vauvan hoitamisessa onnistuminen herätti isissä positiivisia tunteita. Isyys koettiin pääsääntöisesti mukavana, mutta isyys aiheutti myös pelkoa ja epätietoisuutta. Vauvan käsittely herätti isissä pelkoa ja jännitystä. Erityisesti vauvaa puettaessa oltiin varovaisia.

”Onhan se mukavaa. Alussa vaan vähän pelotti, kato, kun se on niin pieni, kun ei tiennyt miten sitä pittää.” (I 2.)

Vauvan synnyttyä isät pohtivat puolisonsa ja hoitajien kanssa myös perhesuunnittelua. Sairaalaan kotiutuminen sujui hyvin. Toinen isistä kertoi olleensa tyytyväinen päätökseensä pitää isyyssloma. Toisaalta isyyssloman sisällön ei koettu täysin vastaavan odotuksia. Vauvan hoitamista pidettiin mukavana ja elämän sisältökin muuttui perhekeskeiseksi.

”Mukavaahan se on. Kyllä se elämä muuttu, ei tuu enää, yleensä viikonloppusin tuli baarissa oltua, mutta ei enää tuu. Se jäi kokonaan (naurahdus).” (I 2.)

Lapsen syntymä sai isät tuntemaan hämmennystä, suurta vastuuntuntoa sekä rakkautta. Osa isistä kuvaili isäksi tulon ja lapsen syntymän mukanaan tuomia tunteita ylitsevuotaviksi. (Chin ym. 2011, 12.)

Paajanen kertoo tutkimuksessaan (2006, 46), että toiset isät kokevat konkreettisesti niin sanotun vapaan elämänsä päättyvän esikoisen syntymän myötä. Lähes kolmannes tutkimukseen osallistuneista, erityisesti nuorista isistä, näkee perheen elättämisen isän roolina ja äidin tehtävänä lapsen hoitamisen.

Isät kokivat, että isyyden myötä myös suhde puolisoon piti määritellä uudelleen. Useat isistä luonnehtivat suhdettaan puolisoonsa vahvemmaksiksi, rauhallisemmaksi

ja syvemmäksi lapsen syntymän jälkeen. Lisäksi suhde puolisoon tuntui yhtenäisemmältä ja jollain tavalla täydentyneen perheenisäyksen johdosta. Osalle isistä positiivisiin muutoksiin sekoittui toisenlaisia huomioita parisuhteesta, kuten spontaaniuden ja läheisyyden sekä yhteisen ajan vähentymistä. Tällaiset muutokset parisuhteessa tulivat joillekin isille yllätyksinä. (Chin ym. 2011, 14.)

7 POHDINTA

Opinnäytetyö toi meille molemmille uutena tutkimusharjoituksen prosessin etene-
misen. Aihe ja tutkimuskysymykset tarkentuivat opinnäytetyön edetessä ja vasta
jälkikäteen työn sisältö ja menetelmät selkeytyivät. Opettavaisimmiksi ja samalla
haastavimmiksi vaiheiksi koimme kysymysten asettelun haastattelutilanteissa, si-
sällön analyysin rakentumisen sekä tekstin tuottamisen oikeassa muodossa.

7.1 Eettisyyden ja luotettavuuden tarkastelu

Kaiken tieteellisen toiminnan perusta on tutkimuksen eettisyys. Normatiiviseksi
etiikaksi luokitellun tutkimusetiikan yhtenä tavoitteena on tutkimuksessa noudatet-
tavista säännöistä vastaaminen. (Kankkunen ym. 2009, 172.) Opinnäytetyön haas-
tatteluista saatu aineisto pysyi muuttumattomana eikä materiaalia vääristelty pro-
sessin missään vaiheessa. Haastateltavien isien henkilöllisyydet jäivät vain opin-
näytetyön tekijöiden tietoon. Haastattelunauhat, litteroitu haastattelumateriaali se-
kä täytetyt lupalomakkeet tuhottiin opinnäytetyön valmistuttua.

Tekijän ei tule syyllistyä vilppiin missään selvityksen teon vaiheessa. Hankitun ja
välitetyn tiedon luotettavuus varmistetaan siten, että tekijä perehtyy tunnollisesti
aiheeseen. Ihmisarvoa tai ihmisen oikeuskäsitystä ei tule loukata missään selvi-
tyksen vaiheessa. Kollegoiden tulee arvostaa toistensa työskentelyä. (Kankkunen
ym. 2009, 172.) Yksi eettinen vaatimus on, että tutkija on uuden informaation
hankkimisesta aidosti kiinnostunut (Kankkunen ym. 2009, 172). Koimme isien ko-
kemuksien selvittämisen tärkeänä ja erityisesti haastatteluista saadut vastaukset
olivat mielenkiintoisia. Aihe koskettaa meitä niin tulevina sairaanhoitajina kuin yksi-
tyiselämämme osalta.

Kvalitatiivisen tutkimuksen uskottavuuden toteutuminen edellyttää, että tulokset on
raportoitu selkeästi niin, että lukija käsittää millä tavoin analyysi on suoritettu ja
millaisia ovat opinnäytetyön vahvuudet sekä rajoittavat tekijät (Kankkunen ym.
2009, 160). Opinnäytetyömme haastatteluun kutsuttiin kuusi isää Kuusiokuntien

terveyskuntayhtymän piiristä. Alkuperäinen tarkoituksemme oli toteuttaa ryhmähaastattelu. Sovittuna aikana paikalle saapui yksi isä ja myöhempana ajankohtana haastattelimme toisen isistä.

Kvalitatiivisen tutkimuksen raporteissa esitetään usein haastateltujen suoria lainauksia, jolla lukijalle pyritään antamaan käsitys aineiston keruusta. Tällä tavoin myös tutkimuksen luotettavuus pyritään turvaamaan. (Kankkunen ym. 2009, 160.) Isien heikko osallistuminen saattoi johtua vähäisestä mielenkiinnosta lähteä mukaan haastatteluun. Haastattelutilanne voidaan kokea kiusallisena ja ahdistavana tai teema saatettiin pitää arkana aiheena varsinkin, jos uudessa elämäntilanteessa on koettu ongelmia. Ehdotettu ajankohta ei välttämättä ollut isille sopiva tai perhe-elämä sekä työ saattavat viedä paljon aikaa ja energiaa.

Käytetyt haastatteluteemat vaikuttivat osaltaan tutkimustuloksiin. Avoimiin kysymyksiin on hankalampaa vastata yksityiskohtaisesti kuvaillen. Tarkentavia haastattelukysymyksiä oli tärkeää pohtia etukäteen, etteivät ne olisi johdatelleet isää haastatteluhetkellä. Opinnäytetyön luotettavuuteen voi vaikuttaa isien jännittyneisyys haastatteluhetkellä sekä vastausten totuudenmukaisuus. Haastavassa aineiston analysointivaiheessa hyödynsimme opinnäytetyön ohjausaikoja tulosten luotettavuuden varmistamiseksi. Tavanomaisia luotettavuuden arvioinnin kriteerejä laadullisessa tutkimuksessa ovat siirrettävyys, riippuvuus, vahvistettavuus ja uskottavuus. (Kankkunen ym. 2009, 160.)

7.2 Hyödynnettävyys hoitotyössä

Mikäli isät saadaan sitoutumaan lapsen hoitoon, uskomme siitä olevan hyötyä muun muassa isä-lapsisuhteen kehitykselle, parisuhteelle, äitien jaksamiselle ja työllistymiselle sekä perheen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille.

Hallen ym. (2008, 64, 67) mukaan useat isät kertoivat turhautumisestaan, kun eivät olleet saaneet vauvaa rauhoittumaan ja pelkäävät saavansa siitä syystä paheksuntaa. Tässä kohdassa hoitajien ja kättilöiden tulisi antaa vanhemmille ohjausta sekä auttaa isiä luomaan emotionaalista tukea heidän perheissään ja niiden ulkopuolella. Lapsen syntymän jälkeen suurin osa isistä jatkoi avun etsimistä syöt-

tämiseen, itkemiseen, rauhoitteluun ja nukkumiseen todennäköisimmin kirjoista, esittelylehtisistä, sanomalehdistä, televisiosta tai internetistä. (Halle ym. 2008, 64, 67.)

Opinnäytetyön tulokset antavat viitteitä siitä millaisissa asioissa isät tarvitsevat tukea ja ohjausta. Erityisesti synnytysvuodeosaston hoitajat voivat hyödyntää tuloksia toteuttaessaan perhekeskeistä hoitotyötä. Opinnäytetyön aihe on saanut pohtimaan omaa hoitotyötä sairaanhoitajana ja jatkossa pystymme kiinnittämään paremmin huomiota isien tarpeisiin. Yksilön hyvinvointi on kuitenkin sidoksissa koko perheen hyvinvointiin.

Isien kommenttien perusteella synnytysvuodeosaston ja neuvoloiden välistä yhteistyötä olisi tarpeen tiivistää erityisesti isille suunnatun tiedon osalta. Esiin nousi muun muassa päällekkäistä tietoa sisältävien esitteiden saamista terveydenhuollon eri tahoilta. Hoitotyötä voitaisiin kehittää isiä huomioivammaksi panostamalla enemmän isille suunnattuihin esitteisiin. Toivomme, että sekä tulevat että tuoreet isät kokisivat terveydenhuollon perheen yhtenä tukimuotona eikä mahdollisissa ongelmatilanteissa olisi kynnystä kysyä apua ja neuvoja.

Isyysloman merkitys. Isillä on oikeus isyysvapaaseen, joka on noin yhdeksän viikkoa eli 54 arkipäivää pitkä. Isyysvapaalle voi jäädä heti lapsen synnyttyä ja pitää 54 arkipäivävapaasta niin monta kuin kerralla haluaa. Isä voi olla yhtä aikaa äidin kanssa kotona enintään 18 arkipäivää. (Uusi isyysvapaa 1.1.2013 alkaen, [22.4.2013]). Kuitenkin vain osa isistä käyttää mahdollisuuden kokopäiväiseen lapsen hoitoon. Julkisissa keskusteluissa on pohdittu sitä kuinka isät saataisiin mukaan varhaiseen lapsen hoitoon ja käyttämään isyysoikeuksiaan.

Paajanen (2006, 80) tuo esille isien näkemyksen hoitovapaan tarpeellisuudesta. Käyttämällä hoitovapaan isillä on mahdollisuus ymmärtää paremmin miten raskasta pikkulapsen hoitaminen ja kotitöiden yhdistämisen on. Opinnäytetyötä tehdessämme huomasimme kuinka yleinen ilmapiiri ja erityisesti isän työyhteisön asenne vaikuttavat isän halukkuuteen ja mahdollisuuteen jäädä kotiin. Lisäksi huomasimme, että isillä saattoi olla epärealistisia odotuksia isyysvapaan sisällöstä.

”--..—toisen viikon jälkeen rupes jo väsymään jo ittekin, että kun joka yö heräs, meni vähän, niinku että, siinä mieles se isyysloma ei tullu

vastaamaan ihan sitä tarkootustansa, no saihan siinä olla poijan kanssa--..—”

7.3 Johtopäätökset

Isät olivat pääosin tyytyväisiä hoitajilta saamaansa ohjaukseen ja tukeen synnytysvuodeosastolla, joten hoitajat voisivat kehittää isille suunnattua ohjausta ja tukea. Näin isät saadaan alusta alkaen mukaan lapsen hoitoon ja sitoutumaan isyyteen. Isät haluavat osallistua aktiivisesti lapsen hoitoon myös kotona. Yksittäisissä tilanteissa isät kokivat jääneensä kokonaan huomiotta, vaikka eivät kritisoineetkaan hoitajien toimintaa. Isät olettivat, ettei heitä ole niinkään tarkoitus huomioida ja ohjata, vaan äiti ja vauva ovat hoitajien huomion keskipisteenä.

Perhehuoneen saamisella synnytysvuodeosastolla on merkittävä vaikutus isän jaksamiseen ja osallistumiseen vauvan hoitoon. Sairaalassa yöpymisen mahdollisuus synnytyksen jälkeen vähentää huomattavasti isän valvomisesta ja työssä käymisestä aiheutuvaa väsymystä. Perhehuoneiden lisäksi joustavat vierailuajat mahdollistavat isien tiiviin läsnäolon synnytyssairaalassa äidin ja lapsen kanssa. (Kalam-Salminen 2005, 13.) Isät, jotka olivat perhehuoneissa, olivat tyytyväisimpiä synnytyksen jälkeiseen ohjaukseen (Hildingsson ym. 2009, 280). Kuten Hildingssonin ym. tutkimuksessa, myös tässä opinnäytetyössä saatiin samankaltaisia tuloksia.

Läheisten tuki ja hoitoapu ovat tärkeitä isän kotona selviytymisen kannalta. Terveystenhuollon palvelut koettiin helposti lähestyttävänä, mutta niitä ei juuri hyödynnetty. Esiin nousi kysymys, että jäivätkö terveydenhuollon palvelut kuitenkin etäiseksi sillä isät kertoivat, että esimerkiksi vain äidin jaksaminen huomioitiin.

Tavoitteiden toteutuminen. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa isien saamasta ohjauksesta ja tuesta synnytysvuodeosastolla sekä isien selviytymisestä kotona vauvan kanssa. Vaikka haastateltavia isiä oli vain kaksi, niin opinnäytetyö tuotti riittävästi kokemuksellista tietoa, joilla päästiin tavoitteisiin.

7.4 Jatkotutkimusehdotukset

Jatkossa olisi tarpeen tutkia rutiininomaisesti isien tyytyväisyyttä kyselylomakkeella synnytysvuodeosastolla saamasta ohjauksesta ja tuesta. Lisäksi olisi hyödyllistä tutkia sellaisten isien kotona selviytymistä, jotka ovat heikossa sosioekonomisessa asemassa ja syrjäytymisvaarassa.

LÄHTEET

- Bradley, R. & Slade, P. 2011. A review of mental health problems in fathers following the birth of a child. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 29 (1), 19-42. [Viitattu 15.10.2012]. Saatavana Ebsco Cinahl -tietokannasta. [Verkkolehtiartikkeli]. Vaatii käyttöoikeuden.
- Chin, R., Hall, P & Daiches, A. 2011. Fathers` experiences of their transition to fatherhood: a metasynthesis. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 29 (1), 4-18. [Viitattu 13.4.2013]. Saatavana Ebsco Cinahl -tietokannasta. [Verkkolehtiartikkeli]. Vaatii käyttöoikeuden.
- Elo, S. & Kyngäs, H. 2007. The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing* 62 (1), 107-115. [Viitattu 18.4.2013]. Saatavana Ebsco Cinahl -tietokannasta. [Verkkolehtiartikkeli]. Vaatii käyttöoikeuden.
- Haapio, S., Koski, K., Koski, P. & Paavilainen, R. 2009. *Perhevalmennus*. Helsinki: Edita.
- Halle C., Dowd T., Fowler C., Rissel K., Hennessy K., Macnevin R. & Nelson M. A. 2008. Supporting fathers in the transition to parenthood. *Contemporary Nurse* 31 (1), 57-70. [Viitattu 12.4.2013]. Saatavana Ebsco Cinahl -tietokannasta. [Verkkolehtiartikkeli]. Vaatii käyttöoikeuden.
- Hermanson, E. 2007. *Lapsiperheen oma kirja: Terveys syntymästä kouluikään*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim ja Elina Hermansson.
- Hildingsson, I., Thomas, J., Engström Olofsson, R. & Nystedt, A. 2009. Still behind the glass wall? Swedish fathers' satisfaction with postnatal care. *JOGNN* 38 (3), 280-289. [Viitattu 15.10.2012.] Saatavana Ebsco Cinahl -tietokannasta. [Verkkolehtiartikkeli]. Vaatii käyttöoikeuden.
- Huttunen, J. 2001. *Isänä olemisen uudet suunnat*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Huttunen, J. 2010. Isyyteen sitoutuminen ja sen merkitys miehelle. *Suomen lääkärilehti* 65 (3), 175-181.
- Isyys. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Helsinki: Väestöliitto ry. [Viitattu 27.4.2012]. Saatavana: http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhhteesta/avio-ja_avoliiton_lakitieto/isyys/
- Jahren Kristoffersen, N., Nortvedt, F & Skaug, E-A. 2006. *Hoitotyön perusteet*. Tanska: Edita.

- Kaila-Behm, A. 1997. Miehestä esikoisen isäksi. Kuopio: Kuopion yliopiston painatuskeskus.
- Kalam-Salminen, Ly., Leino-Kilpi, H. & Puukka, P. 2008. Vanhempien hoidon laatua koskevat odotukset lapsivuodeosastoilla ja hoitohenkilökunta niihin vastajana. *Hoitotiede* 20 (5), 238-247.
- Kankkunen, P & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Karling, M., Ojanen, T., Siven, T., Vihunen, R & Vilen. M. 2008. Lapsen aika. Helsinki: WSOY.
- Käytä isyyysvapaasi! Esitteitä 10 (2011). [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 25.4.2013]. Saatavana: http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=DLFE-8392.pdf
- Mesiäislehto-Soukka, H. 2005. Perheenlisäys isien kokemana - fenomenologinen tutkimus. Oulun yliopisto, Oulu 2005.
- Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: International Methelp Ky. Metodologia –sarja 4.
- Paajanen, P. 2006. Päivisin leiväntuoja, iltaisin hoiva-isä: alle 3-vuotiaiden esikoislasterien isien näkemyksiä ja kokemuksia isyydestä. *Perhebarometri* 2006. Helsinki: Väestöliitto. Katsauksia, Väestötutkimuslaitos E 24/2006.
- Salonen, A.H., Kaunonen, M., Hietikko, M. & Tarkka M-T. 2011. Isien hoitajilta saama sosiaalinen tuki lapsivuodeosastolla. *Hoitotiede* 23 (1), 3-13.
- Sheriff, N. & Hall, V. 2011. Engaging and supporting fathers to promote breastfeeding: a new role for Health Visitors? *Scandinavian Journal of Caring Sciences*. 25, 467–475. [Viitattu 11.4.2013] Saatavana Ebsco Cinahl -tietokannasta. [Verkkolehtiartikkeli]. Vaatii käyttöoikeuden.
- Sinkkonen, J. 2012. Isäksi ensi kertaa. Helsinki: WSOY.
- Tuominen, M. 2009. Valmiina Vanhemmuuteen: perhevalmennuksen kehittäminen Turun sosiaali- ja terveystoimessa. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Tutkimuksia 30.
- Uusi isyyysvapaa 1.1.2013 alkaen. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Helsinki: Kansaneläkelaitos. [Viitattu 22.4.2013]. Saatavana: <http://www.kela.fi/isyyysvapaa-1.1.2013-alkaen>

LIITTEET

LIITE 1. Saatekirje

KUTSU

Hyvä tuore isä,

Lämpimät onnittelut isäksi tulemisen johdosta!

Olemme kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa Seinäjoen ammattikorkeakoulusta. Opintoihimme kuuluu opinnäytetyön tekeminen, jonka toteuttamiseen haluamme haastatella *Sinua*. Tavoitteenamme on **tutkia lapsen syntymän jälkeistä aikaa isien näkökulmasta**. Opinnäytetyömme tilaajana toimii XXX, ja teemme opinnäytetyömme yhteistyössä heidän kanssaan. XXX ovat arvioineet Sinut hyvin haastatteluun sopivaksi isäksi, ja lähettäneet Sinulle tämän kutsun. Haastatteluun on kutsuttu yhteensä kuusi isää. Tutkimus toteutetaan ryhmähaastatteluna joulukuussa 2012.

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista, eikä haastateltavien nimiä, yhteystietoja tai asuinpaikkakuntaa mainita valmiissa opinnäytetyössä.

Ryhmähaastattelutilanne on teille isille mahdollisuus vaikuttaa isien asemaan terveydenhuollon asiakkaana sekä saada vertaistukea: samalla on tilaisuus jakaa ja kuulla kokemuksia samassa elämäntilanteessa olevilta miehiltä.

Haastateltavat isät ovat iältään 18 – 27 -vuotiaita, ja heidän vauvansa haastatteluhetkellä korkeintaan kahdeksan kuukauden ikäisiä. Haastatteluun on varattu aikaa noin 1 - 1,5 tuntia. Nauhoitamme haastattelun opinnäytetyömme tulosten analysointia varten. Sekä haastattelunauhat että nauhan sisältämä puhtaaksikirjoitettu haastattelumateriaali tuhotaan opinnäytetyön valmistuttua. Näin turvataan isien anonymiteetin säilyminen.

Olet lämpimästi tervetullut ryhmähaastatteluun **lauantaina 15.12.2012 klo 12 (osoite.)** Tilaisuudessa on kahvitarjoilu.

Otathan meihin mahdollisimman pian yhteyttä varmistaaksesi tulosi.

Yhteistyöterveisin:

Salla Mattila (puh.), Salla.Mattila@Seamk.fi
Heli Rintala (puh.), Heli.Rintala@Seamk.fi

LIITE 2. Suostumuslomake

Suostun haastateltavaksi opinnäytetyönne tutkimukseen, koskien esikolapsen syntymän jälkeistä aikaa isien näkökulmasta, täyttämällä tämän suostumuslomakkeen.

Suostun haastattelun nauhoittamiseen: kyllä____
(Haastattelunauhat, puhtaaksikirjoitettu haastattelumateriaali sekä täytetyt lupalomakkeet tuhotaan opinnäytetyön valmistuttua.)

Nimi: _____

Puhelinnumero_____

Päivämäärä ja paikka

Allekirjoitus

LIITE 3. Taulukkoesimerkki sisällön analyysistä

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alakategoria	Yläkategoria
<p>”---.--- kyllä siinä kävi hoitaja oikeen avustamassa sitä syöttöä, että jos se lähtis hoksaamaan sen jutun ---.--- hoitajakin tuumas, että ei se, ei onnistu. ---.- -- Pitkän tovin ne siinä yritti ja usiaman kerran päiväs.”</p>	<p>Hoitaja avustamassa syöttöä</p>	<p>Syötössä avustamista</p>	<p>IMETYKSEN OHJAUSTA</p>